



5 Elemente Workshopserie in der Natur Kraftvolle Ruhe – Element Wasser

Die 5 Elemente der Traditionellen Chinesischen Medizin sind gesundheitsfördernde Begleiter durch unser Leben. Gezielte Übungen und Wissen stärkt Körper, Geist und Seele, schenkt Kraft im täglichen Leben und hilft im Umgang mit Menschen.

Element Wasser pflegen heißt dich aufladen, regenerieren, dein Urvertrauen, deinen Lebenswillen und deinen Rücken stärken.

Was erwartet dich beim Element Wasser Workshop

- ♦ Bewegung in der Natur
- ♦ Bewahren und Speichern von Energie
- ♦ stilles Ankommen bei Blase und Niere aus Sicht der TCM
- ♦ Shiatsu Körperübungen und Do-In auf der Wiese
- ♦ gehen, schütteln, klopfen, entspannen und Meditation
- ♦ Gelassenheit, Ruhe und Frieden finden

Element Wasser Fr.20.01.23 von 09:30 - 12:00 Uhr € 30,-

Treffpunkt am Parkplatz bei der ehemaligen Berglaus in Grub 18, 4702 Wallern

Voranmeldung per Mail: carina@shiatsu-kraft.at, oder per Telefon: 0650/8119119
Mit deiner Überweisung sicherst du deinen Platz:
IBAN: AT58 3473 6000 0141 9795 - vielen Dank!

Vorschau Jänner

Sa. 04.02.23 / 09:00 - 12:00 Uhr "Vertrauensvoll ankommen – Element Wasser" im Raum in St. Marienkirchen a.d.Polsenz

Am besten kommst du mit festen Schuhen und zum Wetter passender Kleidung. Bring ein Häferl für dich mit.

Ich freue mich auf dich!

Carina Kraft
Dipl. Naikido Shiatsu-Praktikerin
Do-In/Shiatsu Übungsleiterin
www.shiatsu-kraft.at

